







「早石町災害救援ボランティアサポーターの会」から研修会のお知らせ

「早石町災害救援ボランティアサポーターの会」は、町内で災害が起きた時、災害ボランティアセンターの立ち上げから運営までのサポートを行っています。

今回開催する研修会は「防災体験セミナー」です。災害の知識を深めて、いざという時のために備えませんか？興味のある方はぜひご参加ください。お待ちしております！

開催日

平成23年3月27日(日)

10時~12時まで

内容

「防災コース」

① 講義・ビデオ鑑賞

② ロープ結索

③ 暗闇、煙体験

④ 地震体験・展示見学

開催場所

早石町立総合防災センター

(福祉センターからバスが出ます)

★問い合わせ先・申込先★

早石町ボランティア活動センター

担当: 澤口・成田

☎0921-22300



今回は、「ふれあいサロン戸沢いきいき」の代表、高橋サキさんです。

質問(以下略)・・・ボランティアを始めたいきっかけは何ですか？

高橋(以下略)・・・「清水沢のサロンが1・2年早く出来て、私もサロンに興味があったので、清水沢の瀬川さんに内容や作り方を聞いてみたり、作るのに難しそうではなかったのでも始めました。」

## 突撃！ ふれあいサロン

2月14日(月)、『ふれあいサロン戸沢いきいき』に突撃取材に行ってきました。

◆10時：本日活動は、保健センターの『健康教室』。まずは血圧を計りました。「ちょっと高いなあ。」

◆10時20分：御所地区担当の加藤さんが『高血圧』について説明。みなさん真剣に聞いています！減塩メニューと1日30分の運動が大事とのこと。「普段の生活で家の中を歩いているのも運動に入りますか？」「いいえ、それは通勤と言いますよ～」ということで、家で出来る簡単な体操をみんなで習いました。

◆11時：栄養士の原さんから減塩メニューを学び、調理中。この後、みんなで試食(昼食)をして私の取材は終わりました。午後からみなさんは『やまびこ会』の紙芝居を見るとのことでした。多謝!!



行うポイントを教えてください。

◎「地域の絆が必要。この地区の婦人部がなくなっちゃくと(サロンのメンバーは元婦人部の方が多いそうです)、サロンは男女一緒に活動できるしね。あと、5月・10月の田んぼの忙しい時期は活動を休んでいます。無理をしないことも大事。」

◎「平均年齢が若いから、裁縫をしたりティッシュボックスを作ったりして楽しんでいきます。」



## お詫びと訂正

ぼらっと17号『教えて！NPO』のコーナーにおきまして、誤りがありました。正しくは次のとおりです。

【誤】会員は農業や行業を始め

【正】会員は農業や商業を始め

読者の皆様ならびに関係者の皆様には深くお詫びするとともに、ここに訂正させていただきます。

ボラ活センターからのお知らせ

◎「戸沢いきいき」とは、みなさんにとってどんな場所ですか？

◎「うん...うん...(しばし考え中)。気兼ねなく語り合える場所なんじゃないかな。」

◎最後に今後の課題と抱負を教えてください。

◎「女性向きの活動内容が多かったの、男性軍も入れるような中身にしたいですね。それと、年に2回くらい、ここに来られない一人暮らしや二人暮らしの方々にあ弁当を作って「元気があぁ？」って話しながら歩いてまわりたいですね。」